

# コパンcafe

日時: 4月22日(水) 15:00~16:00

内容: たい焼き、今川焼など

参加費: 200円

参加者2名以下のときは中止

申込締切: 4月16日(木)

※キャンセルは前日17時まで可能



# Copain Schedule

# 4

# 2026



日	月	火	水	木	金	土
<p><b>参加者募集中!</b></p> <p><b>4/1(水)</b></p> <p><b>元気になる体操</b></p> <p>(肩こり腰痛予防体操から名称が変わりました)</p>			<p>1</p> <p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 元気になる体操</p>	<p>2</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 モルック</p>	<p>3</p> <p>14:00 ストレッチ</p> <p>14:30 利用者ミーティング</p> <p>15:00 アイロンビーズ</p>	<p>4</p> <p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 健康麻雀</p>
5	6	7	8	9	10	11
		<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ボードゲーム (カタカナージ)</p>	<p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ガーデニング</p>	<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 家計すごろく (借金返済編をやりませ)</p>	<p>14:00 ストレッチ</p> <p>14:30 DVD鑑賞会</p>	<p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ポツチャ</p>
12	13	14	15	16	17	18
		<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 レジン制作</p>	<p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ポツチャ</p>	<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ボードゲーム (ハゲタカのえじき)</p>	<p>14:00 ストレッチ</p> <p>14:30 ウォーキング</p>	<p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 健康麻雀</p>
19	20	21	22	23	24	25
		<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 DVD鑑賞会</p>	<p>11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ)</p> <p>14:00 ラジオ体操</p> <p>15:00 コパンcafe</p> 	<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 虐待防止について学ぼう</p>	<p>14:00 ストレッチ</p>	<p>事務整理日</p>
26	27	28	29	30	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p><b>4/9(木) 家計すごろく</b></p> <p><b>「家計すごろくでお金の使い方を学ぼう!!」</b></p> <p>今回は借金返済編の家計すごろくを使って、計画的なお金の使い方や借金などについて遊びながら学びます。(先着8名)</p> </div>	
		<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 ポツチャ</p>	<p>昭和の日</p>	<p>14:00 ラジオ体操</p> <p>14:30 卓球</p>		

- ・マスクの着用は任意です。咳・くしゃみなどの症状がある方はマスクの着用をお願いします。咳エチケットにご協力をお願いします。
- ・決められた時間以外の食事は、ご遠慮ください。
- ・施設内は禁煙です。近隣の路上での禁煙にご協力ください。
- ・体調のすぐれない場合、来所はご遠慮ください。発熱等により、利用をお断りさせていただくことがあります。

OPEN 火・水・木・金・土 曜日 **11:00~17:00**

※ 電話相談 **11:00~17:00**

地域活動支援センターコパン

〒125-0051 東京都葛飾区新宿 3-9-11

Tel **03-6410-6149**

：休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)